

# 離乳食献立表（後期）

2025年04月

後期

パドマ・ナーサリースクール

日付	献立名	材料名	今日のポイント	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
01火	軟飯 煮魚 ほうれん草の 割り醤油和え みそ汁	米///かれい/しょうゆ/砂糖///ほうれんそう/しょうゆ/かつ おだし汁///絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/カットわかめ/ 米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	206Kc 12.0g 2.0g 1.9g
02水	軟飯 鮭と野菜のやわらか 煮 もやしとキュウリの酢の 物 みそ汁 バナナ	米///さけ/たまねぎ/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/片栗粉 ///きゅうり/もやし/ツナ油漬缶/酢/砂糖/しょうゆ///だい こん/にんじん/カットわかめ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだ し汁///バナナ/	赤ちゃんせんべい	272Kc 12.8g 3.1g 2.3g
03木	おじや ジャガ芋のそぼろ 煮 わかめスープ	米/にんじん/しらす干し/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁 //じゃがいも/鶏ひき肉/しょうゆ(うすくち)/しょうゆ/砂糖/ 片栗粉/かつおだし汁///カットわかめ/たまねぎ/レタス/ア レルギー用ブイオン/	赤ちゃんせんべい	204Kc 7.3g 2.4g 3.4g
04金	パン粥 豆腐と野菜のうま 煮 グリーンサラダ みかんの シロップ漬け	ロールパン///牛ひき肉/絹ごし豆腐/たまねぎ/じゃがいも/ にんじん/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁///キャベツ/きゅうり/ ツナ油漬缶/油/酢/砂糖///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	219Kc 9.1g 9.4g 4.2g
05土	かやくうどんのやわらか煮 大根の含め煮	うどん/鶏ひき肉/にんじん/ねぎ/しょうゆ(うすくち)/しょうゆ /かつおだし汁///だいこん/砂糖/しょうゆ(うすくち)/かつ おだし汁/		178Kc 10.0g 3.5g 0.8g
07月	おかゆ 鮭のやわらか煮 ひじき炒め煮 みそ汁 み かんのシロップ漬け	米///さけ/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/片栗粉///ひじき/ にんじん/砂糖/しょうゆ/油/かつおだし汁///かぼちゃ/だ いこん/ねぎ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁///みか ん缶/	赤ちゃんせんべい	239Kc 11.7g 2.6g 2.3g
08火	軟飯 肉じゃが風煮 三色 和え	米///牛ひき肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/砂糖/しょう ゆ/油/かつおだし汁///こまつな/にんじん/しょうゆ/砂糖/ かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	244Kc 7.9g 5.2g 4.7g
09水	軟飯 鶏肉と野菜のうま煮 野菜スープ バナナ	米///鶏ひき肉/じゃがいも/にんじん/アレルギー用ブイオン ///だいこん/たまねぎ/しょうゆ(うすくち)/アレルギー用ブイ オン///バナナ/	赤ちゃんせんべい	260Kc 9.5g 4.4g 3.9g
10木	軟飯 牛肉と野菜のうま煮 野菜サラダ	米///牛ひき肉/しらす干し/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/砂 糖/かつおだし汁///きゅうり/ツナ油漬缶/カットわかめ/油/ 酢/砂糖/しょうゆ(うすくち)/	赤ちゃんせんべい	277Kc 10.6g 9.6g 1.3g
11金	パン粥 鶏と野菜のうま煮 ツナサラダ みかんのシロ ップ漬け	ロールパン///鶏ひき肉/たまねぎ/じゃがいも/にんじん/砂 糖/しょうゆ/片栗粉/かつおだし汁///キャベツ/きゅうり/ツ ナ水煮缶/酢/砂糖/しょうゆ(うすくち)///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	270Kc 11.0g 6.7g 5.2g
12土	おじや 野菜のスープ	米/しらす干し/キャベツ/たまねぎ/にんじん/ねぎ/しょうゆ/ かつおだし汁///じゃがいも/だいこん/カットわかめ/アレル ギー用ブイオン/		199Kc 10.7g 1.1g 3.1g
14月	軟飯 煮魚 にんじんの炒 め煮 すまし汁 みかんの シロップ漬け	米///かれい/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁///にんじん/しょ うゆ/砂糖/油/かつおだし汁///たまねぎ/はくさい/ほうれん そう/カットわかめ/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁/みかん 缶/	赤ちゃんせんべい	220Kc 12.0g 1.5g 1.4g
15火	軟飯 鶏そぼろと豆腐のう ま煮 キャベツとじゃこのサ ラダ	米///鶏ひき肉/絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/かつおだし 汁/しょうゆ/砂糖/片栗粉///キャベツ/きゅうり/しらす干し/ 油/酢/砂糖/しょうゆ/	赤ちゃんせんべい	224Kc 7.6g 4.1g 1.4g
16水	御飯 鶏のそぼろ煮 野菜 サラダ たっぷり野菜の スープ バナナ	米///鶏ひき肉/砂糖/しょうゆ/かつおだし汁///キャベツ/ きゅうり/にんじん/油/酢/砂糖/しょうゆ///じゃがいも/にん じん/たまねぎ/アレルギー用ブイオン///バナナ/	赤ちゃんせんべい	291Kc 10.5g 6.5g 3.5g

# 離乳食献立表（後期）

2025年04月

後期

パドマ・ナーサリースクール

日付	献立名	材料名	今日のポイント	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
17木	おじや 炊き合わせ さつま汁	米/カットわかめ/しらす干し/しょうゆ/かつおだし汁///こまつな/かぼちゃ/砂糖/しょうゆ/かつおだし汁///鶏もも肉/さつまいも/たまねぎ/だいこん/ねぎ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	202Kc 8.2g 1.5g 2.8g
18金	パン粥 牛肉と野菜のトマト煮 野菜サラダ みかんのシロップ漬	ロールパン///牛ひき肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/ホールトマト缶詰/アレルギー用ブイヨン///キャベツ/きゅうり/ツナ油漬缶/油/酢/砂糖///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	244Kc 9.4g 9.9g 4.8g
19土	おじや レタスのスープ	米/しらす干し/たまねぎ/にんじん/ピーマン/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁///レタス/絹ごし豆腐/カットわかめ/アレルギー用ブイヨン/		181Kc 8.2g 1.3g 1.3g
21月	軟飯 煮魚 野菜の割り醤油和え すまし汁 みかんのシロップ漬	米///かれい/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁///にんじん/だいこん/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁///ほうれんそう/たまねぎ/焼ふ/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	209Kc 10.6g 0.9g 1.2g
22火	軟飯 鶏のそぼろ煮 キャベツの甘酢和え わかめスープ	米///鶏ひき肉/しょうゆ/砂糖/片栗粉/かつおだし汁///キャベツ/にんじん/酢/砂糖/しょうゆ///カットわかめ/たまねぎ/チンゲンサイ/ねぎ/アレルギー用ブイヨン/片栗粉/	赤ちゃんせんべい	262Kc 11.8g 6.3g 1.3g
23水	軟飯 牛肉と野菜のうま煮 キャベツの割り醤油和え すまし汁 パナナ	米///牛ひき肉/たまねぎ/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁///キャベツ/しょうゆ/かつおだし汁///焼ふ/絹ごし豆腐/カットわかめ/にんじん/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁/バナナ/	赤ちゃんせんべい	282Kc 10.8g 7.6g 1.9g
24木	軟飯 豆腐と野菜のみそ炒め煮 野菜の和え物	米///絹ごし豆腐/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/ねぎ/油/しょうゆ/砂糖/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁/片栗粉///だいこん/きゅうり/しょうゆ/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	240Kc 9.4g 5.9g 1.7g
25金	パン粥 鶏と野菜のうま煮 大根サラダ みかんのシロップ漬	ロールパン///鶏ひき肉/たまねぎ/じゃがいも/にんじん/砂糖/しょうゆ/片栗粉/かつおだし汁///だいこん/キャベツ/きゅうり/油/酢/砂糖/しょうゆ///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	266Kc 9.9g 7.5g 5.3g
26土	おじや 野菜スープ	米/牛ひき肉/しらす干し/たまねぎ/にんじん/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁///じゃがいも/キャベツ/アレルギー用ブイヨン/		174Kc 7.2g 4.7g 2.7g
28月	軟飯 煮魚 人参の炒め煮 みそ汁 みかんのシロップ漬	米///かれい/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁///にんじん/しょうゆ/砂糖/油/かつおだし汁///たまねぎ/絹ごし豆腐/ねぎ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	229Kc 11.6g 2.3g 1.5g
30水	軟飯 野菜のそぼろ煮 ゆで野菜(ブロッコリー) だいこんスープ パナナ	米///鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/片栗粉///ブロッコリー/かつおだし汁///だいこん/絹ごし豆腐/にんじん/アレルギー用ブイヨン///バナナ/	赤ちゃんせんべい	249Kc 10.3g 4.5g 2.7g